



## Lokala värdighetsgarantier i äldreomsorgen

### Rätt till privatliv och kroppslig integritet

#### 1. Vi garanterar att Ditt hem respekteras som Din privata sfär

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi knackar eller ringer på dörren innan vi kommer in till Dig
- Vi presenterar oss och benämner Dig vid namn
- Vi kommenterar inte eller värderar Ditt utseende, klädsel, sexualliv, relationer, religion, vanor, möbler, post, telefonsamtal eller annat som hör till Ditt privatliv
- Vi frågar eller berättar innan vi öppnar Dina skåp, lådor eller garderober
- Vi involverar Dig i samtal och tänker särskilt på att inte prata över huvudet på Dig
- Du bestämmer själv vad Du vill berätta om det som rör Ditt privatliv

#### 2. Vi garanterar att Du har rätt till integritet i samband med den kroppsliga omvårdnaden

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi frågar och/eller läser av Ditt kroppsspråk för att ta reda på hur Du vill ha det vid den kroppsliga omvårdnaden
- Vi berättar vad vi ska göra innan hjälp påbörjas och under tiden vi hjälper Dig med den kroppsliga omvårdnaden
- Vi respekterar om Du inte vill ha hjälp ibland och kommer överens med Dig om vilken tid som passar bäst
- Vi drar för gardiner eller persienner vid den kroppsliga omvårdnaden och skyler Dig så Du inte ska behöva känna Dig naken eller beskådad
- Vi stänger dörren och låter Dig vara i avskildhet vid toalettbesök om Du själv vill. Vi finns i närheten för att Du ska känna Dig trygg.
- Vi ser till att inkontinensskydd, handskar, plastförkläden förvaras på överenskommen plats



## Möjlighet att upprätthålla sitt självbestämmande

### **3. Vi garanterar att Du så långt som möjligt själv får bestämma HUR, NÄR och av VEM insatserna ska utföras**

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi planerar tillsammans med Dig hur insatserna ska utföras och tar hänsyn till Dina önskemål, vanor, intressen och vardagsrutiner
- Vi ger Dig stöd i att bestämma själv genom att visa och ge olika valmöjligheter
- Du bestämmer själv vilka aktiviteter Du vill delta i (särskilda boenden)
- Vi frågar "Hur vill Du ha det i dag?" för att kunna vara lyhörda och flexibla utifrån Din dagsform och överenskommelser i genomförandeplanen

### **4. Vi garanterar att Du har möjlighet så långt som möjligt, att bestämma vilken personal som ska hjälpa dig vid din personliga hygien.**

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vid biståndshandläggares kartläggning och när vi upprättar eller reviderar genomförandeplanen dokumenteras om Du har uttryckt särskilda önskemål om kvinnlig eller manlig personal ska hjälpa Dig vid den personliga hygien

## Individanpassning och delaktighet i beslut och insatser

### **5. Vi garanterar att Du ges möjlighet att behålla Dina vanor, Din struktur på dagen och möjligheten att fortsätta leva Ditt eget liv**

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi tar hänsyn till Din egen dygnsrytm som t.ex. när Du vill gå upp på morgonen eller lägga Dig på kvällen. Det kan även handla om vad Du vill ha för mat, när Du vill inta Dina måltider och med vem.
- Vi ser kontinuerligt över personalbemanningen för att kunna vara flexibla och anpassar arbetsuppgifterna utifrån Dina och andra äldres behov och önskemål
- Vid planering av insatserna tillsammans med Dig tar vi hänsyn till särskilda önskemål och vanor utifrån t.ex. Din religion/trosuppfattning, etnisk tillhörighet, språk, kön eller ålder. Det kan exempelvis handla om att besöka kyrka eller annan möteslokal, få hjälp med att lyssna eller titta på specifika radio-/TV-program eller att anpassa kosten.



## **6. Vi garanterar att Du ges möjlighet att vara delaktig i vårdplanering, kartläggning inför biståndsbeslut, upprättande och revidering av genomförandeplan samt vid uppföljning av beslut och insatser**

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi samtalar med Dig om Dina behov av insatser och hur, när och av vem Du vill att insatserna ska utföras. Vi tar tillvara Dina anhöriga/närståendes erfarenheter och kunskap om Dina vanor.
- Vi tar oss tid att lyssna på det Du själv berättar och ger Dig tid att svara när vi ställer frågor
- Din kontaktman är huvudansvarig för att säkerställa att beslutade insatser utförs enligt det ni kommer överens om
- Vi ser till att skapa en god relation för att Du ska kunna vara bekväm med att framföra dina åsikter

## **Insatser av god kvalitet**

## **7. Vi garanterar att beslut och insatser formars och är vägledande utifrån Dina behov och önskemål**

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Dina behov och önskemål, "Dina egna ord", framgår i kartläggning och utredning av bistånd och är vägledande vid beslut av insats
- Vi uppmuntrar Dig till att kontakta biståndshandläggare vid förändrade behov. Vi hjälper Dig att ta kontakt om Du önskar (Hemtjänst)
- Vi dokumenterar Dina förändrade behov kontinuerligt i genomförandeplanen och har den som utgångspunkt i den dagliga omvårdnaden. Vi frågar eller läser av Ditt kroppsspråk för att ta reda på hur Du vill ha det vid varje specifikt tillfälle.
- Din kontaktman planerar in ett samtal med Dig minst var 3:e månad för att uppdatera genomförandeplanen
- Vi ger Dig möjlighet att byta biståndshandläggare, kontaktman eller annan omsorgspersonal om Du anser att det inte fungerar
- Vi uppmuntrar Dig till att berätta om Du inte är nöjd och hjälper till att åtgärda bristen direkt. Vi lyfter frågan till ansvarig person om Du vill.



## **8. Vi garanterar att Du har möjlighet att ha inflytande över Din måltidssituation**

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Måltider är näringsberäknade och väl fördelade över dygnets timmar (Särskilt boende)
- Tillgång till mat och dryck finns alltid utifrån den enskildes behov. Vi serverar tre fasta måltider samt ger möjlighet till mellanmål under hela dygnet (Särskilt boende).
- Vi samarbetar med dietist när Du har dålig aptit och risk finns att Du kan bli undernörd eller uttorkad (Särskilt boende)
- Vi tillgodoser behov av specialkost
- Du har möjlighet att få en alternativ rätt vid måltider
- Du har möjlighet att få mat levererad i matlåda som serveras på tallrik eller få hjälp med enklare matlagning i Ditt hem. Vi planerar matinköpen med Dig så det finns möjlighet för tillagning i hemmet om Du önskar (Hemtjänst)
- Om du har hjälp vid flera tillfällen under dygnet har Du möjlighet att förlägga Dina måltider när det passar Dig (Hemtjänst)

## **9. Vi garanterar att Du erbjuds personal som finns vid Din sida vid vård i livets slutskede för att minska smärta, oro eller andra symtom**

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi välkomnar och stöttar anhöriga/närstående till att finnas nära dig vid livets slut.
- Vi är flexibla vid bemanning vid vård i livets slutskede så att Du inte ska behöva dö i ensamhet
- Vi har metoder för att skatta Din smärta för att säkerställa att Du får en individanpassad smärtlindring, även om Du själv inte kan sätta ord på Din smärtupplevelse

## **Gott bemötande**

### **10. Vi garanterar att Du bemöts respektfullt och som en unik person**

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi ger Dig uppmärksamhet genom att hälsa dagligen och benämna Dig vid namn
- Vi är närvarande i mötet med Dig och tar oss tid att lyssna för att bekräfta att just Du är viktig
- Vi tar oss tid för enskilt samtal med Dig när behov finns och bekräftar Dig i Din sinnesstämning.
- Vi ger Dig beröring om Du tycker om det, t.ex. hålla handen, taktil massage



- Om Du är nedstämd eller orolig ger vi Dig möjlighet att samtala om det. Vi väljer tillfälle och plats där det är ostört.
- Vi visar intresse för Dig som person och Din livserfarenhet. Vi använder oss av levnadsberättelse, fotografier m.m. för att samtala om Din bakgrund.

## Känsla av trygghet

### **11. Vi garanterar att Du ges möjlighet att kunna uppleva trygghet i Din livssituation**

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi presenterar oss när vi kommer för att hjälpa Dig
- All personal bär namnbricka
- Vi kan uppvisa identitetsbricka som visar att vi arbetar inom äldreomsorgen (Hemtjänst)
- En kontaktman utses till Dig omgående. Kontaktmannen upprättar en genomförandeplan tillsammans med Dig inom 2 veckor.
- Vi planerar utifrån att Du ska möta samma person eller ett mindre team av personal för att skapa kontinuitet
- Vi skyddar Dig så att Du inte ska behöva bli kränkt eller komma till skada
- Vi utför insatserna på samma sätt hos Dig utifrån Dina önskemål, oavsett vilken personal som kommer. Arbetssättet beskrivs i genomförandeplanen.
- Vi berättar vad som ska hända så Du kan vara förberedd
- Vi informerar om förändringar, t.ex. om när, hur och av vem insatser ska genomföras
- Vi svarar på larm omgående och har en inställetid på max 45 minuter (Hemtjänst)
- Vi håller överenskomna tider och meddelar Dig vid förseningar (Hemtjänst)
- Nyanställd personal får introduktion och presenteras för Dig
- Vid nyanställning av omvårdnadspersonal krävs adekvat utbildning (undersköterska)
- Personalen får kontinuerlig fortbildning för att få ökad kunskap

### **12. Vi garanterar att Du ges möjlighet att uppleva skillnad mellan vardag och helg**

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi pratar om vad det är för dag och uppmärksammar särskilt bemerkelsedagar, storhelger och traditioner
- Vi uppmärksammar storhelger särskilt genom att servera traditionsbunden mat
- Vi hjälper Dig som vill "klä upp Dig" på helger
- Vi dukar med t.ex. finare porslin, vinglas och servetter på helgerna och serverar festligare mat och dryck



## Upplevelse av meningsfullhet

### 13. Vi garanterar att Du ges möjlighet att kunna ha ett vårdat och värdigt yttre

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi ser till att glasögon är rena, att batterier fungerar i hörapparater och hjälper till med rakning, nagelvård, rena kläder, smink, frisyr m.m. för att Du ska ha möjlighet att behålla Din självkänsla
- Vi tar hjälp av levnadsberättelsen för att få veta vad Du tycker är viktigt att ta hänsyn till utifrån Din personliga livsstil

### 14. Vi garanterar att Du ges möjlighet till utevistelse och fysisk aktivitet

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Vi uppmuntrar Dig till samtal med biståndshandläggare om behov av utevistelse och fysisk aktivitet (Hemtjänst)
- Vi ger Dig möjlighet till olika fysiska aktiviteter (Särskilt boende)
- Vi erbjuder daglig utevistelse som t.ex. promenadstöd eller att sitta ute på balkong/terrass/trädgård (Särskilt boende)
- Du har möjlighet att själv påverka tidpunkt och former för Din utevistelse eller fysiska aktiviteter

### 15. Vi garanterar att Du ges möjlighet att uppleva att Du har ett värde och finns i ett socialt sammanhang

*I vår yrkesutövning visar vi detta genom att t.ex.:*

- Biståndshandläggaren uppmärksammar behov av socialt innehåll vid kartläggning av Dina behov av insatser
- Vi ser levnadsberättelsen som en viktig källa för att få kunskap om Dina intressen och Ditt sociala sammanhang
- Vi erbjuder Dig delta i gemensamma aktiviteter och måltider. Vi lyssnar in om Du vill delta (Särskilt boende)
- Vi uppmuntrar Dig att delta i olika vardagssysslor
- Vi ger Dig stöd i att ta kontakt med närstående och vänner om Du så önskar
- Vi stödjer och uppmuntrar Dig om Du vill besöka kyrka, moské eller andra sammankomster om Du så önskar
- Vi stödjer och uppmuntrar Dig till att behålla Dina intressen och sociala sammanhang